

2021年 6月給食献立表

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
1	火	十六穀米 手羽先の香り焼きと胡麻和え ポテトサラダ ほうれん草の味噌汁	手羽先 ハム	米 十六穀米 胡麻 じゃが芋	いんげん 胡瓜 コーン ほうれん草 玉葱 人参
2	水	鮭のムニエルと添え野菜 南瓜の煮物 わかめスープ	鮭	米	ブロッコリー 南瓜 いんげん わかめ 玉葱 人参 葱
3	木	十六穀米 豚肉の生姜焼きと添え野菜 じゃが芋の煮物 なめこのすまし汁	豚肉 ミンチ	米 十六穀米 じゃが芋	キャベツ 人参 なめこ 人参 ほうれん草
4	金	鶏肉の唐揚げと添え野菜 三色盛り きのこの味噌汁	鶏肉 卵	米 春雨	ブロッコリー 胡瓜 えのき 椎茸 玉葱 葱
5	土	ウインナーパン	ウインナー	パン	
3~5歳はお弁当です。					
7	月	牛丼 わかめの酢の物 なめこの味噌汁 果物	牛肉 卵	米	玉葱 人参 葱 わかめ 胡瓜 人参 なめこ 玉葱 ほうれん草 オレンジ
8	火	十六穀米 カレイの照り焼きと梅和え 春雨サラダ 大根のすまし汁	かれい 卵	米 十六穀米 春雨	梅 小松菜 胡瓜 大根 えのき ほうれん草
9	水	ロールパン ホワイトシチュー ほうれん草の胡麻和え 果物	鶏肉 うす揚げ	ロールパン じゃが芋 胡麻	玉葱 人参 グリンピース ほうれん草 人参 バナナ
10	木	まさご揚げと添え野菜 ちくわの煮物 玉葱の味噌汁	ミンチ エビ じゃこ 豆腐 ちくわ	米	玉葱 ブロッコリー 大根 人参 いんげん 玉葱 人参 葱
11	金	十六穀米 チンジャオロース 餃子と添え野菜 春雨スープ	豚肉 ミンチ	米 十六穀米 餃子の皮 春雨	ピーマン 人参 筍 玉葱 ニラ 玉葱 人参 ほうれん草
12	土	ビーフロッケパン	牛豚ミンチ	パン じゃが芋	
3~5歳はお弁当です。					
14	月	塩ラーメン しゅうまいと添え野菜 果物	なんと 豚肉 ミンチ	中華麺 しゅうまいの皮	玉葱 人参 キャベツ 玉葱 胡瓜 オレンジ
15	火	ご飯 鯖の塩焼きおかつか 中華風春雨サラダ えのきのすまし汁	鯖 おかつか ハム	米 春雨	ほうれん草 胡瓜 人参 えのき 椎茸 人参 葱
16	水	十六穀米 マーボー豆腐 棒棒鶏 もやしのスープ	ミンチ 豆腐 ささ身	米 十六穀米 胡麻	玉葱 人参 筍 椎茸 葱 胡瓜 人参 もやし 玉葱 人参 ほうれん草
17	木	鶏肉のマーマレード焼きと添え野菜 じゃが芋とベーコンの炒め物 麩のすまし汁	鶏肉 ベーコン	米 じゃが芋 麩	ブロッコリー コーン えのき 人参 小松菜

夏

夏

関東地方の郷土料理

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
18	金	梅じゃこご飯 トンカツと添え野菜 ナポリタン わかめ味噌汁	じゃこ 豚肉	米 スパゲッティ	梅 キャベツ マッシュルーム 玉葱 わかめ 玉葱 人参
19	土	焼きそばパン	ウインナー	パン	キャベツ 人参
3~5歳はお弁当です。					
21	月	カレーライス マカロニサラダ 果物	豚肉 ハム	じゃが芋 米 マカロニ	玉葱 人参 グリンピース 胡瓜 人参 オレンジ
22	火	十六穀米 油淋鶏と添え野菜 パンキンサラダ 青梗菜のスープ	鶏肉	米 十六穀米	葱 キャベツ 南瓜 青梗菜 玉葱 人参 キャベツ 玉葱 人参 胡瓜
23	水	焼きそば 卵焼きと添え野菜 ニラのスープ	豚肉 卵	中華麺	胡瓜 ニラ 玉葱 ほうれん草
24	木	十六穀米 鮭の塩焼きと添え野菜 いんげんの胡麻和え こしね汁 枝豆ご飯	鮭 ちくわ うす揚げ	米 十六穀米 胡麻 蒟蒻 里芋 米	ブロッコリー いんげん 人参 椎茸 葱 枝豆
25	金	ハンバーグと添え野菜 スパゲッティサラダ 大根のスープ	牛豚ミンチ 豆腐 ハム	米 スパゲッティ	玉葱 キャベツ 胡瓜 大根 玉葱 人参
26	土	お弁当の日(給食はありません)			
28	月	チキンピラフ ひじきの煮物 キャベツのスープ 果物	鶏肉 うす揚げ	米	玉葱 人参 グリンピース ひじき 人参 いんげん キャベツ 玉葱 人参 オレンジ
29	火	十六穀米 鮭の葱たれがけと添え野菜 野菜の煮物 小松菜の味噌汁	鮭 厚揚げ	米 十六穀米	葱 キャベツ 大根 人参 小松菜 玉葱 人参
30	水	ミートスパゲッティ マセドアンサラダ ほうれん草のスープ	牛豚ミンチ ウインナー	スパゲッティ じゃが芋	玉葱 人参 グリンピース 胡瓜 コーン ほうれん草 玉葱 人参

夏

夏

夏

今月の見本はすみれ組さんです。どうぞご覧ください。